INSIDE LINK & 10 HZ USER MANUAL

PLEASE READ THE SAFETY AND WARRANTY INFORMATION INSIDE

cortec PASSION OF CYCLING

Wir freuen uns, und sind begeistert, dass Sie sich für das InsideLink entschieden haben. Mit diesem Fahrrad können Sie sicher sein, dass es das beste heute auf dem Markt ist. Denn die Produkte von corratec werden von Menschen entwickelt und kontruiert, die das Fahrradfahren lieben und teilen - wie Sie - die Leidenschaft zur Leistung.

Dieses Handbuch beinhaltet wichtige Informationen bezüglich Sicherheit und Wartung um Ihr InsideLink und 10Hz-System sicher aufzubauen und zu nutzen. Um sicher zu stellen, dass beide sicher funktionieren, raten wir dazu es von einem qualifizeirten Fahrradmechaniker aufzubauen.

We are excited, pleased, and honored that you have chosen the InsideLink. You can feel confident that your bike is the best in the market today because corratec products are developed and engineered by people who love to ride and who are as passionate about performance as you.

This manual contains the important safety, maintenance, and warranty information you need in order to safely install and use your InsideLink and your 10Hz-System. To ensure that both perform properly, we recommend that you have it installed by a qualified bicycle mechanic.

PASSION OF CYCLING

GERMAN DESIGN & ENGINEERING

InsideLink Benutzerhandbuch ..... 4 ..... **InsideLink User Manual**

Sicherheitshinweis 5 ..... Safety instruction

Teile definieren 6 ..... Identify parts

Kabelführung absenkbare Sattelstütze 8 ..... Cable routing dropper seat post

Wie baut man die Achsen aus? 9 ..... How to diassemble the axles?

Wie tauscht man die Kugellager aus? 10 ..... How to change the bearings?

Wie baut man die Achsen ein? 12 ..... How to reassemble the axles?

10Hz Benutzerhandbuch ..... 13 ..... **10Hz User Manual**

Sicherheitshinweis 14 ..... Safety instruction

Teile definieren 15 ..... Identify parts

Wie funktioniert es? 16 ..... How does it work?

Welches MDU soll man nutzen? 18 ..... Which MUD should be used?

Wie legt man das 10Hz auseinander? 20 ..... How to diassemble the 10Hz?

Wie wechselt man das MDU aus? 23 ..... How to change the MDU?

Wie baut man das 10Hz zusammen? 25 ..... How to assemble the 10Hz?

Richtige Nutzung 31 ..... Correct use

Kompatible Dämpfer 32 ..... Compatible shocks

Ersatzteile-Kit 33 ..... Spare part kit

Kontakt 34 ..... Contact

INSIDE LINK
USER MANUAL

• Es ist äußerst wichtig, dass das InsideLink-System vorschriftsmäßig von einemFachmann eingebaut wird. Falsch montierte InsideLink-Systeme stellen eine beträchtliche Gefahr dar und können zu schweren und/oder tödlichen Verletzungen führen.

• Das InsideLink-System Ihres Fahrrads wurde für die Benutzung durch einen einzelnen Fahrer auf Trails und in ähnlichem Gelände konstruiert.

• Vergewissern Sie sich vor dem Fahren, dass die Bremsen fachgerecht montiert und eingestellt sind. Verwenden Sie die Bremsen zu Beginn vorsichtig, und machen Sie sich sorgfältig mit der Funktionsweise vertraut. Abruptes Bremsen oder die unsachgemäße Verwendung der Vorderbremse kann zu Stürzen führen. Wenn die Bremsen nicht korrekt eingestellt oder montiert sind bzw. nicht ordnungsgemäß genutzt werden, besteht für den Fahrer das Risiko von schweren oder lebensgefährlichen Verletzungen.

• Ihre Gabel kann in bestimmten Situationen nicht richtig funktionieren, wie z. B. bei Ölverlust, nach Unfällen oder in anderen Situationen, in denen die Komponenten oder Bauteile verbogen werden oder brechen, oder nach längerer Nichtbenutzung der Gabel. Ein Gabeldefekt ist nicht unbedingt äußerlich erkennbar. Falls Teile der Gabel verbogen oder gebrochen sind, Öl austritt, bei Geräuschen, die auf ein übermäßiges Durchschlagen hinweisen oder bei anderen Anzeichen für ein mögliches Versagen der Gabel, wie etwa eine verringerte Stoßdämpfung, sollten Sie das Fahrrad nicht mehr benutzen. Lassen Sie das Fahrrad in einem solchen Fall sofort von einem qualifizierten Händler überprüfen und reparieren. Wenn die Gabel einen Defekt aufweist, kann das zur Beschädigung des Fahrrads oder auch zu Verletzungen des Fahrers führen.

• Verwenden Sie ausschließlich Originalteile von corratec. Bei Verwendung von Fremdbauteilen erlischt die Garantie und es kann zum Versagen des Dämpfers kommen. Dies kann dazu führen, dass der Fahrer die Kontrolle über das Fahrrad verliert und schwere und/oder lebensgefährliche Verletzungen erleidet.

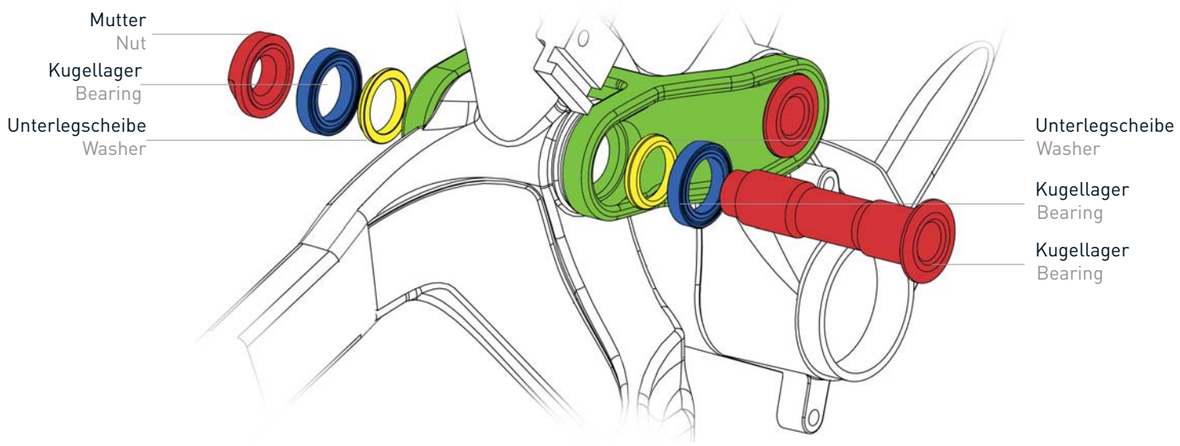
• It is extremely important that your InsideLink-System is installed correctly by a qualified bicycle mechanic. Improperly installed InsideLink -Systems are extremely dangerous and can result in severe and/or fatal injuries.

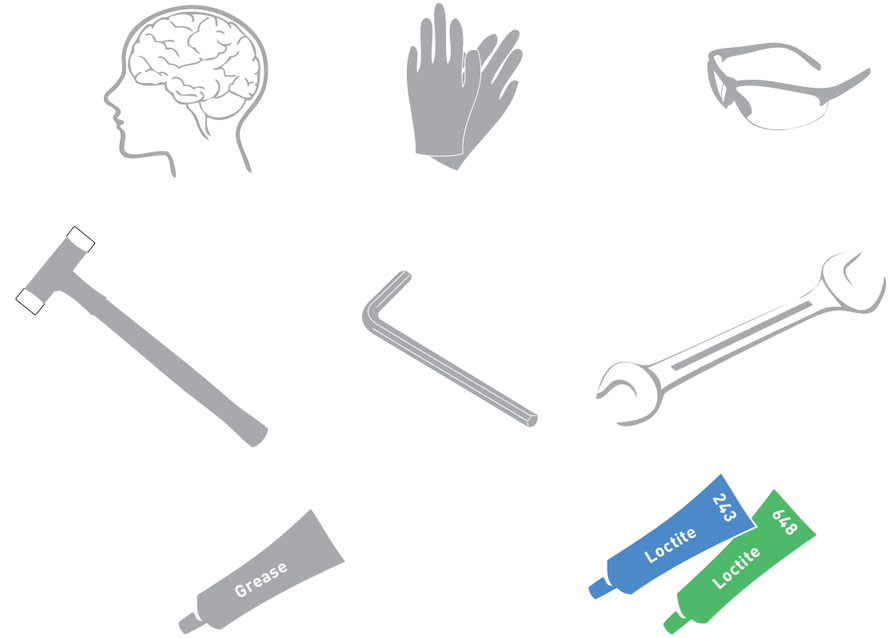
• The InsideLink on your bicycle is designed for use by a single rider, on mountain trails, and similar off-road conditions.

• Before riding your bicycle, be sure the brakes are properly installed and adjusted. Use your brakes carefully and learn your brakes' characteristics by practicing your braking technique in non-emergency circumstances. Hard braking or improper use of the front brake can cause you to fall. If the brakes are out of adjustment, improperly installed or are not used properly, the rider could suffer serious and/or fatal injuries.

• Your fork may fail in certain circumstances, including, but not limited to, any condition that causes a loss of oil; collision or other activity bending or breaking the fork's components or parts; and extended periods of non-use. Fork failure may not be visible. Do not ride your bicycle if you notice bent or broken fork parts, loss of oil, sounds of excessive topping out, or other indications of a possible fork failure, such as loss of shock absorbing properties. Instead, take your bike to a qualified dealer for inspection and repair. In the event of a fork failure, damage to the bicycle or personal injury may result.

• Always use genuine corratec parts. Use of aftermarket replacement parts voids the warranty and could cause structural failure to the shock. Structural failure could result in loss of control of the bicycle with possible serious and/or fatal injuries.


Mutter
Nut
Kugellager
Bearing
Unterlegscheibe
Washer
Unterlegscheibe
Washer
Kugellager
Bearing
Kugellager
Bearing


Grease
Loctite
243
Loctite
648

INSIDE LINK CARBON

Innen verlegte Kabelführung
Internal cable routing

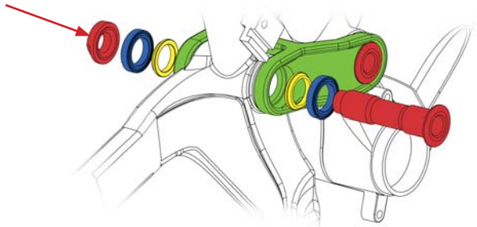
INSIDE LINK ALU

Außen verlegte Kabelführung
External cable routing

DIASSEMBLE AXLE

1

2



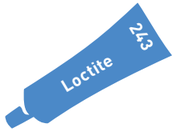
- Asche an Mutter öffnen.
- Open axle at the nut.

- Die Achse, wenn notwendig, mit Hilfe eines Kunststoffhammers aus dem Rockerarm schlagen und heraus ziehen.
- Remove the axle with the help of a soft hammer if needed, out of the rockerarm .

- Lager entfernen.
- Remove bearings.

- Schrauben und Unterlegscheiben reinigen .
- Clean bolts and washers.

- Das Lager wieder in den Rockerarm einsetzten. Sollte das Lager locker in seiner Bohrung liegen, etwas Fügeklebstoff um dieses auftragen.
- Place the bearing in the rockerarm. If the bearing is loose in its bore, put some loctite around it to fix the bearing.



- Schraubensicherung auf das Achsengewinde, sowie Fett auf der glatten Fläche auftragen.
- Apply loctite to the threads, and coat all external non-threaded surfaces of the axle with grease.

- Achsen wieder in den Rockerarm einstecken. Und mit der Mutter fixieren.
- Place axle back in Rockerarm. And fix it with the nut.

10 HZ
USER MANUAL

• Es ist äußerst wichtig, dass das10Hz-System vorschriftsmäßig von einemFachmann eingebaut wird. Falsch montierte 10Hz-Systeme stellen eine beträchtliche Gefahr dar und können zu schweren und/oder tödlichen Verletzungen führen.

• Das 10 Hz-System Ihres Fahrrads wurde für die Benutzung durch einen einzelnen Fahrer auf Trails und in ähnlichem Gelände konstruiert.

• Vergewissern Sie sich vor dem Fahren, dass die Bremsen fachgerecht montiert und eingestellt sind. Verwenden Sie die Bremsen zu Beginn vorsichtig, und machen Sie sich sorgfältig mit der Funktionsweise vertraut. Abruptes Bremsen oder die unsachgemäße Verwendung der Vorderbremse kann zu Stürzen führen. Wenn die Bremsen nicht korrekt eingestellt oder montiert sind bzw. nicht ordnungsgemäß genutzt werden, besteht für den Fahrer das Risiko von schweren oder lebensgefährlichen Verletzungen.

• Ihre Gabel kann in bestimmten Situationen nicht richtig funktionieren, wie z. B. bei Ölverlust, nach Unfällen oder in anderen Situationen, in denen die Komponenten oder Bauteile verbogen werden oder brechen, oder nach längerer Nichtbenutzung der Gabel. Ein Gabeldefekt ist nicht unbedingt äußerlich erkennbar. Falls Teile der Gabel verbogen oder gebrochen sind, Öl austritt, bei Geräuschen, die auf ein übermäßiges Durchschlagen hinweisen oder bei anderen Anzeichen für ein mögliches Versagen der Gabel, wie etwa eine verringerte Stoßdämpfung, sollten Sie das Fahrrad nicht mehr benutzen.

Lassen Sie das Fahrrad in einem solchen Fall sofort von einem qualifizierten Händler überprüfen und reparieren. Wenn die Gabel einen Defekt aufweist, kann das zur Beschädigung des Fahrrads oder auch zu Verletzungen des Fahrers führen.

• Verwenden Sie ausschließlich Originalteile von corratec. Bei Verwendung von Fremdbauteilen erlischt die Garantie und es kann zum Versagen des Dämpfers kommen. Dies kann dazu führen, dass der Fahrer die Kontrolle über das Fahrrad verliert und schwere und/oder lebensgefährliche Verletzungen erleidet.

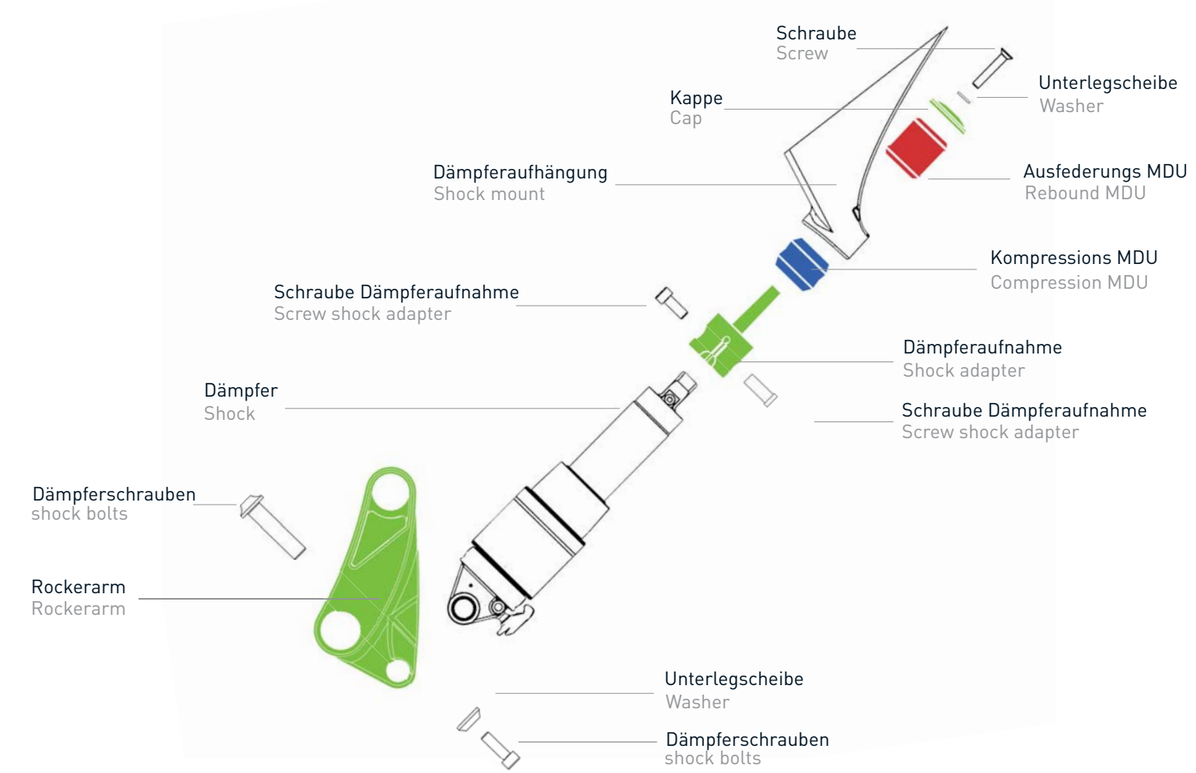
• It is extremely important that your 10Hz-System is installed correctly by a qualified bicycle mechanic. Improperly installed 10Hz-Systems are extremely dangerous and can result in severe and/or fatal injuries.

• The 10Hz on your bicycle is designed for use by a single rider, on mountain trails, and similar off-road conditions.

• Before riding your bicycle, be sure the brakes are properly installed and adjusted. Use your brakes carefully and learn your brakes' characteristics by practicing your braking technique in non-emergency circumstances. Hard braking or improper use of the front brake can cause you to fall. If the brakes are out of adjustment, improperly installed or are not used properly, the rider could suffer serious and/or fatal injuries.

• Your fork may fail in certain circumstances, including, but not limited to, any condition that causes a loss of oil; collision or other activity bending or breaking the fork's components or parts; and extended periods of non-use. Fork failure may not be visible. Do not ride your bicycle if you notice bent or broken fork parts, loss of oil, sounds of excessive topping out, or other indications of a possible fork failure, such as loss of shock absorbing properties. Instead, take your bike to a qualified dealer for inspection and repair. In the event of a fork failure, damage to the bicycle or personal injury may result.

• Always use genuine 10Hz parts. Use of aftermarket replacement parts voids the warranty and could cause structural failure to the shock. Structural failure could result in loss of control of the bicycle with possible serious and/or fatal injuries.

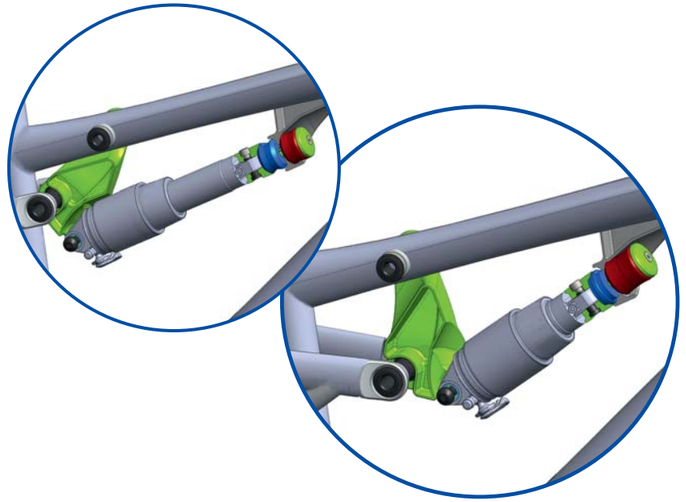


Die 10Hz-Technologie ist eine spezielle vordere Dämpferaufhängung. Zwischen Federbein und Rahmen finden sich zwei MDU-Elastomere (Microcellular Ductile Urethane) die das bauartbedingte Losbrechmoment bzw. die Dämpferträgheit überbrücken und die hochfrequenten Schläge, wie sie beim Überfahren von Wurzelteppichen, Schotterpisten oder Kopfsteinpflaster auftreten, aufnehmen und vom Fahrer fernhalten.

Der Gesamtfederweg von 140 Millimetern summiert sich aus 120 Milimeter, die das Federbein leistet, und 20 Millimeter des MDU-Elastomers. Um eine optimale Abstimmung zu gewährleisten, gibt es zwei verschiedene Härten, einmal bis 75 Kilo (M) und eine für schwere Biker. Die MDUs sind nahezu temperaturunabhängig und der Arbeitsbereich liegt von -30 bis +50 Grad.

The 10Hz-Technology is a special front damper adapter. Between damper and frame you can find two MDU-elastomeres (Microcellular Ductile Urethane) which removes the stiction and friction. Those absorb the high frequency hits caused by riding over root garden, gravel road or cobblestones.

The total travel of 140 millimeter is summarized by 120 millimeter of the damper and 20 millimeter by the MDU. To have the optimum setting there are two different shores. One is for riders until 75 kilos (M) and another for heavier ones (H). The MDUs almost don't react on temperature. Their field of work is between -30 and + 50 degree.

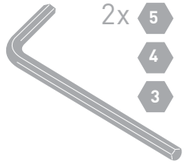


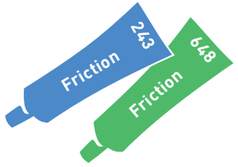
- Das 10Hz-Sytem ist ein Dämpfungssytem, welches die Haftreibung sowie die Reibung des Dämpfers (am Rahmen) reduziert
- Verbessert die Empfindlichkeit des Dämpfers
- Reduziert die Empfindungen von Hochfrequenzschwingungen
- Verbessert das Handling während des bottom outs
- Ermöglicht zusätzlichen SAG und Ferderweg
- Works with InsideLinkSystem

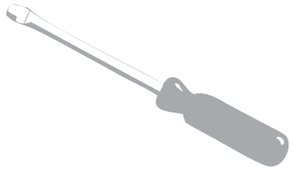
- The 10 Hz-System is a suspension system which removes stiction and friction from the shock eyelet (to frame)
- Improves the sensitivity of the shock
- Significantly reduces the sensations of high frequency vibrations
- Improves the handling during bottom out
- Allow extra SAG and extra travel
- Works with InsideLink system

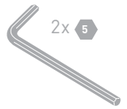
- Um das 10Hz-System optimal einzustellen, kann man zwischen 2 verschiedenen Shore-Stärken wählen, die zum Fahrergewicht passen bzw. zum Fahrstil.
- Das MDU generiert 2mm extra SAG (am Dämpfer).
- Es generiert ebenfalls etwa 8mm zusätzlichen Federweg (am Dämpfer).
- Das MDU filtert fast alle Frequenzen höher als 10Hz.

- To set up your 10 Hz-System you can use 2 different kind of ShoreA to fit 2 different rider´s weight or riding styles. (see right illustration)
- The MDU generates 2mm of extra SAG (at the shock).
- It also generates around 8 mm of extra travel (at the shock).
- The MDU filters almost all frequency higher than 10Hz.

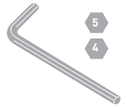








- Um die Dämpferaufnahme aufzuschrauben, diese zuerst mit Hilfe von zwei Imbusschlüsseln um 90° drehen.
- Dämpfer abschrauben.
- To unscrew the shock first turn the adapter by 90° by using two allen key.
- Unscrew the shock.



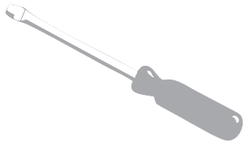
- Dämpfer vom Rockerarm abschrauben.
- Unscrew shock from rockerarm.

- Schrauben vom rocker arm entfernen.
- Dämpfer vom rocker arm lösen.
- Remove screws from rocker arm.
- Remove shock from rocker arm.

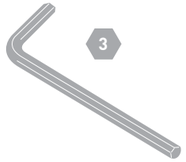
Achtung: Vor dem Entfernen der Schrauben, Dämpfer festhalten um Schaden am Rahmen zu vermeiden!

Caution: Before removing the screws hold the shock, to avoid damage on the frame!

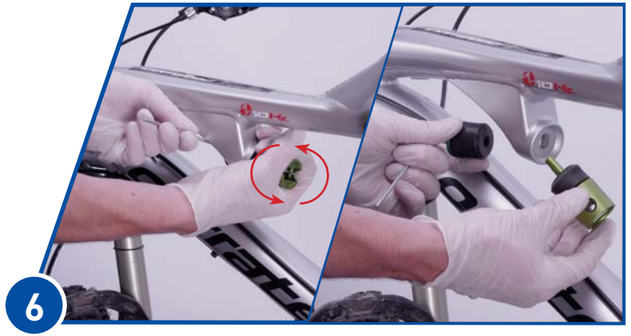
- Dämpfer aus der Dämpferaufnahme ziehen.
- Remove shock from adapter.



- Fügeklebstoffreste von der Dämpferaufnahme entfernen.
- Fügeklebstoffreste vom Dämpfer entfernen.
- Clean the shock adapter from friction glue.
- Clean the shock eyelet from friction glue.



- MDU-Adapter öffnen, indem Kappenschraube mit einem Schlüssel festgehalten wird, und der Adapter mit der Hand aufgedreht wird.
- Open MDU adapter by fixing the cap screw with the tool and turning the adapter by hand.

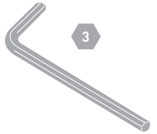


- Kompressions MDU von der Dämpferaufnahme entfernen.
- Kappe (inkl. Unterlegscheibe und Schraube) vom Ausfederungs-MDU entfernen.
- Remove compression MDU of shock adapter.
- Remove Cap (including washer and screw) of rebound MDU.

- MDU - Medium (M) oder Hart (H) - nach Fahrstil oder Gewicht wählen. s.Tabelle links.
- Choose MDU Medium (M) or Hard (H) refering to your riding style or weight. see table left.

- Schraubensicherung in der Dämpferaufnahme auftragen.
- Put friction glue on shock adapter.

- Kappe (inkl. Unterlegscheibe und Schraube) in Ausfederungs-MDU stecken.
- Kompressions MDU in die Dämpferaufnahme stecken.
- Put cap (incl. washer and screw) on rebound MDU.
- Put shock adapter on compression MDU.



- Kappe mit Ausfederungs-MDU, zusammen Kompressions MDU und Dämpferaufnahme schrauben.
- Fix the cap with the rebound MDU together with the shock adapter and the compression MDU on the other side of the shock mount.

- Schraube langsam eindrehen, bis die Kappe die Markierung auf dem Rahmen erreicht.

ACHTUNG: Vor der Markierung halten. Weiteres Einschrauben kann zu Schaden führen!

- Turn the srew slowly until the cap achieves the mark on the frame.

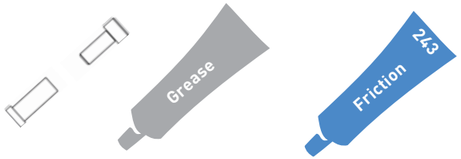
CAUTION: Stop before mark. Going ahead will cause damage!

- Fügeklebstoff auf Dämpferöse auftragen.
- Put friction glue on shock eyelet.

- Dämpfer in dessen Aufnahme schieben.
- Dämpfer in den rockerarm plazieren.
- Insert the shock in its adapter.
- Place shock in the rockerarm.

- Dies ist die Position des Dämpfers.
- This is the position of the shock.

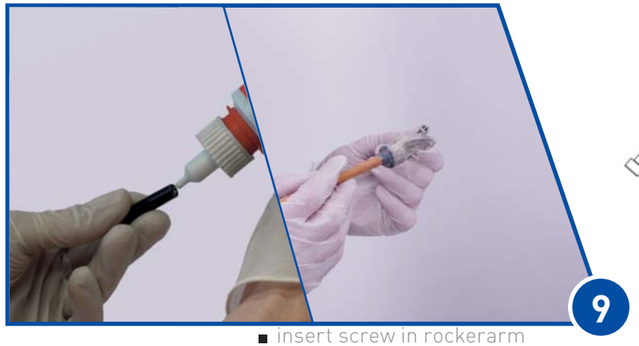
Achtung: Vor dem Entfernen der Schrauben, Dämpfer festhalten um Schaden am Rahmen zu vermeiden!
Caution: Before removing the screws hold the shock, to avoid damage on the frame!



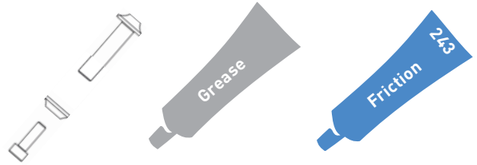
- Fett um Dämpferaufnahme-Schrauben auftragen.
- In Dämferaufnahme-Schrauben Schraubensicherung auftragen.
- Put grease around the shock adapter screws.
- Put friction glue inside shock adapter screws.

- Dämpferaufnahme-Schrauben in dessen Aufnahme schrauben.
- Bis zu 10 Nm festschrauben.
- Der Dämpfer muss mit dessen Aufnahmen gleich ausgerichtet sein.
- Fix the shock adapter screws in its adapter.
- Tighten to 10 Nm.
- The shock must be aligned with the adapter.

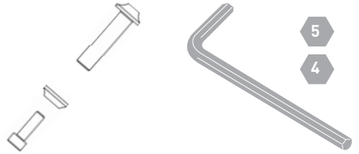
- Fett auf Dämpferösen auftragen.
- Put grease on shock eyelet.



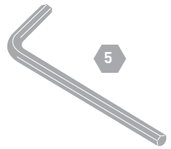
- insert screw in rockerarm
- tighten to 6 Nm max.



- Fett um Dämpfer-Schrauben auftragen.
- In Dämfer-Schrauben Schraubensicherung auftragen.
- Put grease around the shock screws.
- Put friction glue inside shock screws.

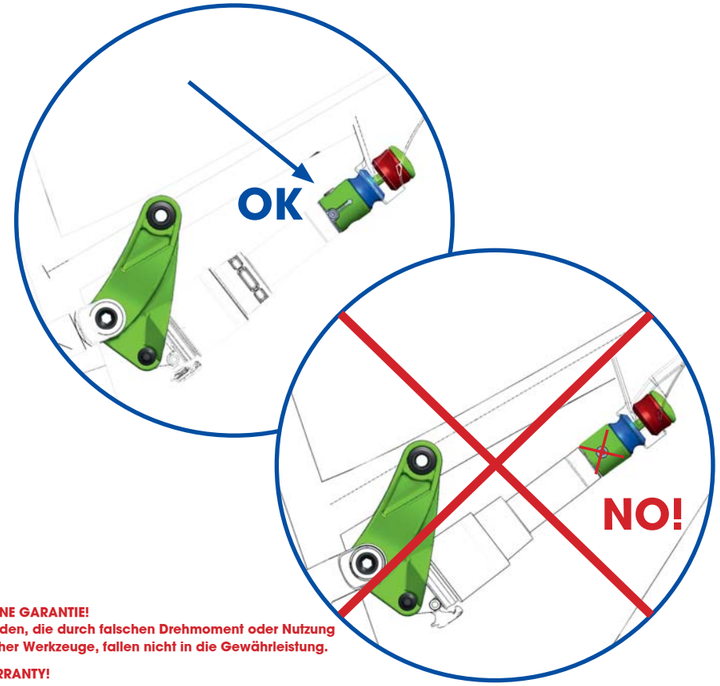


- Schrauben in Rockerarm einführen.
- Bis Maximal 6Nm zuschrauben.
- Insert screw in the rockerarm.
- Tighten to 6 Nm maximum.



- Die Dämpferaufnahme mit Hilfe eines Inbusschlüssels um 90° wieder auf die Ausgangsposition drehen. Die Schraube soll sich oben befinden.
- Turn the shock adapter of 90° by using an allen key to the original position. the screw should be on top.

- Die finale Position sollte so aussehen wie auf dem Foto.
- The final position should be like on the illustration.



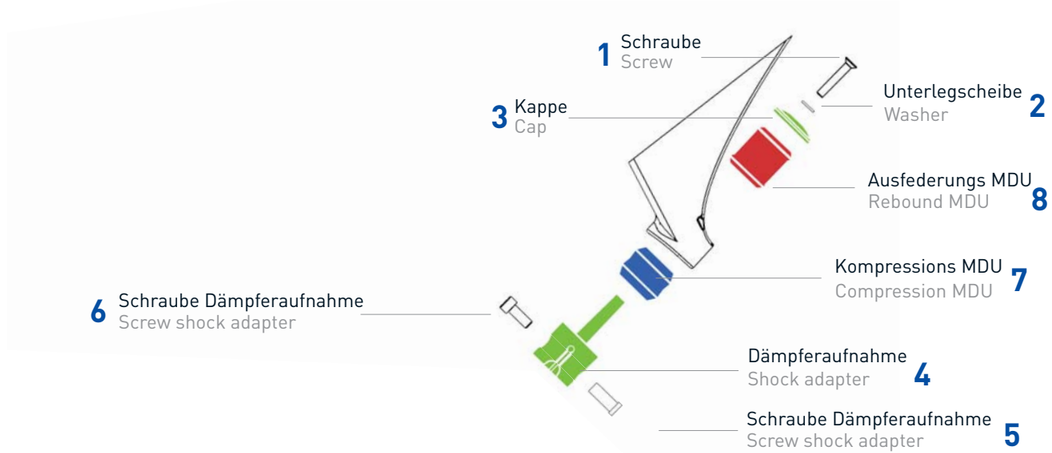
*** KEINE GARANTIE!**
Schäden, die durch falschen Drehmoment oder Nutzung falscher Werkzeuge, fallen nicht in die Gewährleistung.

*** NO WARRANTY!**
Damage caused by wrong torque or by using wrong tool will not be covered by warranty.

- **RockShox** Monarch 1&2
  Vivid
- **Marzocchi** Roco Lite
  Roco LO
  Roco Air
  Zola
  Theedge
- **Manitou** Radium
  Swinger
- **Fox** Float

Achtung: Flaschenhalter kann mit piggy back nicht genutz werden!
Caution: Cannot use bottle cage with piggy back!

1	Schraube Screw	M5 x 0.8 P x 30L
2	Unterlegscheibe Washer	Ø14.4 x Ø5.1 x 3T
3	Kappe Cap	Alloy
4	Dämpferaufnahme Shock adapter	Ø14.4 x Ø5.1 x 3T
5	Schraube Dämpferaufnahme Screw shock adapter	M6 x 1.0P
6	Schraube Dämpferaufnahme Screw shock adapter	M6 x 1.0P
7	Kompressions MDU Compression MDU	L=35mm
8	Ausfederungs MDU Rebound MDU	L=22mm



ADRESSE HEADQUARTERS

iko Sportartikel Handels Gmbh
Kufsteiner Str 72
D-83064 Raubling / Germany

email info@corratec.com
www.corratec.com

SERVICE

Rainer Schulze
email: schulze@corratec.com
tel: +49-(0) 8035-8707-180
fax: +49-(0) 8035-8707-240

corratec PASSION OF CYCLING